

WENN SCHMERZ ZU EINER WELTBEWEGUNG WIRD

Hüfingen, 03.06.2025 – Was, wenn Schmerz nicht das Ende, sondern der Anfang von etwas Großem ist? Was, wenn eine einzige Verletzung das Fundament für eine weltweite Bewegung legt? So beginnt die Geschichte von five – dem Pionier hochwertiger Geräteserien für Muskellängentraining - inspiriert von den umfassenden Kenntnissen von Walter Packi, und dem Ziel, Bewegung neu zu denken. In einer Welt, in der Schmerz lange als Endstation galt, entstand eine revolutionäre Idee: Muskeln nicht nur zu kräftigen, sondern sie in ihrer natürlichen Länge zu trainieren – gegen Verkürzung, gegen Einschränkung, für echte Bewegungsfreiheit.

Der Ursprung von „five“ liegt im Jahr 1993: Eine Sportverletzung reißt den ehrgeizigen Tennisspieler Lutz Kruger aus seinem bisherigen Leben. Doch statt aufzugeben, beginnt er, Bewegung neu zu denken – nicht als mechanisches Training, sondern als Werkzeug zur Heilung. Diese Vision entfacht eine Kettenreaktion. Gemeinsam mit Wolf Harwath und Christoph Limberger entstanden nicht nur erste Geräte und neue Therapiekonzepte – es war der Startschuss für etwas Größeres: eine internationale Bewegung, die Menschen weltweit zu mehr Mobilität und Lebensqualität verhilft.



Bilder five: von der Idee bis zum Kunde

WIE AUS SCHMERZ STÄRKE WURDE - KURZFASSUNG EINER ERFOLGSSTORY

- **Vom Tiefpunkt zum Wendepunkt (1993–2004):**
Aus einer schweren Sportverletzung entsteht eine Vision – die Geburtsstunde von five
- **Innovation trifft Handwerk (2004–2012):**
Mit viel Pioniergeist entwickelt five seine ersten Geräte und etabliert die five-Academy als Plattform zur Wissensvermittlung.
- **Der internationale Durchbruch (2013–2019):**
five wächst global, gewinnt Innovationspreise und setzt mit digitalen Geräten und internationalen Partnerschaften neue Maßstäbe.
- **Ein neues Kapitel: Integration in die milon Holding (2020):**
Durch die Integration in die milon Holding entsteht ein ganzheitliches Trainingssystem, das Technologie, Therapie und Bewegung vereint.

Die ganze Geschichte ist unter folgenden Links zu lesen: [Historie](#) & [Philosophie](#)

FIVE IST MEHR ALS PRODUKTE & TRAINING...

...es ist ein Befreiungsschlag – aus dem Schmerz geboren, durch Innovation gewachsen und zu einer globalen Philosophie geworden. So begann die Erfolgsgeschichte von five, mit der

das Unternehmen die Welt der Bewegung nachhaltig verändert hat. Die Entwicklung von five zeigt, was möglich ist, wenn aus persönlicher Erfahrung eine echte Vision entsteht. Seit der Gründung verfolgt five das Ziel, Bewegung, Schmerzprävention und Gesundheit neu zu denken – und dieses Wissen gezielt weiterzugeben. Heute steht daher ebenso fest: **Aufklärung ist entscheidend**. Denn nur wer versteht, wie der Körper funktioniert und was er tatsächlich braucht, kann ihn wirksam unterstützen – im Alltag, in der Therapie und im Training mit qualitativ hochwertigen Produkten.



„Unser Ziel ist es, Gesundheit nicht nur zu versprechen, sondern erlebbar zu machen – durch fundierte Inhalte, geschulte Ansprechpartner und smarte, wirkungsvolle Produkte. So schaffen wir gemeinsam mit unseren Partnern ein Umfeld, in dem echte Veränderung möglich wird – für mehr Lebensqualität, mehr Mobilität und weniger Schmerz.“
Christoph Limberger, Geschäftsführer five Konzept GmbH & Co. KG

„Gerade in Gesundheitseinrichtungen braucht es mehr als nur gute Geräte – es braucht kompetente Beratung und tiefes Verständnis für funktionelle Zusammenhänge im Körper. Deshalb bringen wir unser Fachwissen nicht nur in die Produktentwicklung ein, sondern streuen es bewusst über Formate wie unsere Schulungen, Expertenvorträge und Trainer Conventions in die Branche.“ **Wolf Harwath, CEO milongroup**



FIVE-TERMINE 2025

Wer die Gesundheit neu gestalten und sich von der Expertise von five inspirieren lassen möchte, der darf diese beiden Events 2025 nicht verpassen!

TRAINIER CONVENTION „MOBILITÄT“ | 26.-27. September 2025

Hier dreht sich alles um mehr Beweglichkeit und weniger Schmerzen.

Teilnehmer lernen, wie Mobilitätstraining einfach in jedes Konzept passt – für mehr Freiheit im Alltag und Training. [Early-Bird-Tickets](#) gibt es bis 26.08.2025.

FIVE FASZINIERT | 21.-22. November 2025

Die Gäste dürfen sich auf ein Event voller Mehrwert, Emotion und Inspiration freuen: brandneue Innovationen, die die Welt des Trainings nachhaltig prägen, treffen auf faszinierende Einblicke in die Heimat des Mobility-Trainings.

Ergänzt wird das Programm von inspirierenden Impulsen von:

- Top-Keynote-Speaker **Boris Grundl** (www.grundl.de),
- Special Guest **Wolfgang Packi** (www.packi-klinik.de) sowie
- Trainingsexperte und Mitgründer five **Wolf Harwath**.

Jetzt bereits [Early-Bird-Ticket](#) sichern.

Pressekontakt milongroup:

Anke Niess
Corporate Communication & PR
milon industries GmbH
+49 1606953163
presse@milongroup.com

Über five

five ist einer der führenden Anbieter eines ganzheitlichen Konzepts rund um das Thema Muskellängentraining. Mit einem klaren Fokus auf Innovation, Qualität und Know-How setzt five seit über 20 Jahren den Standard am Gesundheitsmarkt. Das Produktportfolio schafft die Grundlage für optimales Faszien- und Beweglichkeitstraining und sorgt damit für eine erhöhte Lebensqualität bis ins hohe Alter. Mehr Informationen unter: www.five-konzept.de